



夏雲のように ゆうゆうと

夏です。
空を見上げると夏雲がゆうゆうと流れていました。
平成26年 夏



有限会社テツ・オフィス 社員一同
埼玉県坂戸市花影町30-15 キナステップビル 〒350-0236
Tel 049-284-5522 Fax 049-283-7640
<http://www.tetsu-web.co.jp/>

働き方とメンタルヘルス

働き方が多様化する中、「労働時間規制の緩和」が注目されています。これは、一般的な働き方である週40時間労働の規制を外すことで、個々人の専門性や生産性、更にやる気をより高めることを目的としています。

検討されるのは今のところ成果で評価できる仕事に就く人のみのようですが（ホワイトカラーエグゼンプション）、適用範囲如何では日本の労働慣行が大きく変化します。今回は働き方と心の健康メンタルヘルスを考えて見ました。



働き方と心の健康を理解するため、精神障害に対する労災認定数を下記のグラフにしました。

ご覧の通り、認定数が年々増え、平成10年度と比べると平成24年度はなんと120倍となつてしまっています。

多くはうつ病・不安障害・統合失調症・アルコール依存症などを原因としたものです。

リストラなどの「業務環境」、能力以上の仕事を任される「職場環境」、年金や医療、雇用問題などの「社会的環境」が影響しているように思われます。

このように心の健康が害された状態での労働はさまざまリスクを呼び込

みます。長期休職、社会復帰困難、最悪では自殺などです。

事業主はこれらを予防するため安全で健康的に働くことができる職場環境を作る義務があります（労働安全衛生法3条安全配慮義務）。同時に働く側も早期発見や対応に努めたいものです。

一、日中気持ち沈む。
二、好きだったことが楽しいと感じられなくなる。
三、急に体重や食欲が落ちる。

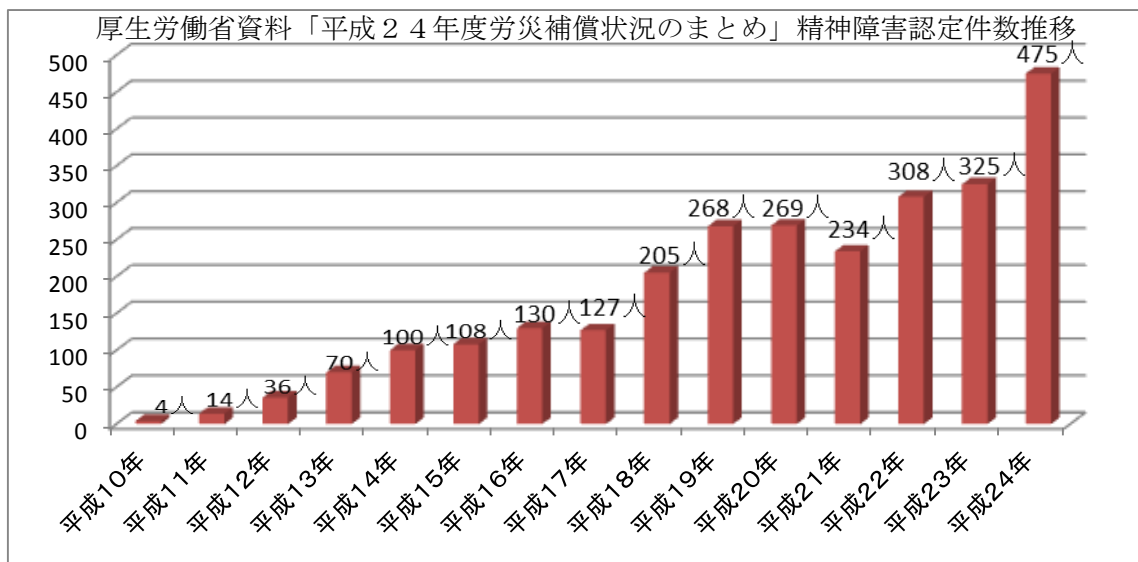
四、眠れない。眠りすぎる。
五、ソワソワと落ち着かなくなったり、反対に動作が鈍くなる。
六、毎日がだるく何もする気がしない。
七、自分を駄目な人間だと考えてしまう。
八、何も決められなくなり、集中して考えられない。
九、死にたいと思うようになる。
これらの症状が2週間以上続く、うつ病の可能性が高いといわれています。

早期対応・・・
一、身近な人へ話す。
二、医師やカウンセラー

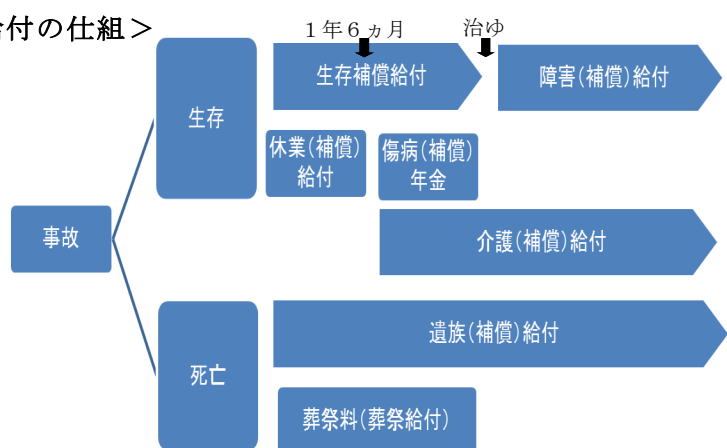
に相談する。
医師は精神科・心療内科・神経内科がそれぞれの症状に合わせ専門となります。

しかし、なんといっても一番大切なことは心の健康を保つための自らの予防です。職場での正しいメンタルヘルスの理解と職場以外の趣味や家族、友人との会話などが大きな要素かもしれません。

夏休みの時期です。しっかりと休養しリフレッシュしたいものです。



<労災保険給付の仕組>



大雪被害

去る2月14日(金)の夕刻より降り始めた雪は関東地方に甚大な被害をもたらしました。



翌15日(土)は早朝より、予め転送しておいた電話に「ガレージがつぶれた」「車が動かない」などお客様からたくさんのお電話をいただきました。しかし、弊社を始め、自動車整備工場も建設業者も動きがとれず、受付と手配にとどまるだけでした。レッカーにいたっては、目的地に行くことに時間が読めず、作業も含め、次のお客様には時間がお約束できない状況でした。

明けた月曜日からは被害のお見舞いと確認に伺い、ご連絡がないお客様へは火災保険が対象となることをご承知いただくために、お電話とお手紙で被害の再確認をお願いいたしました。

夏となり、多くのお客様には保険金のお支払いも完了し、皆様に喜んでいただけたことが何よりです。しかし、部材の調達などが理由で未だ復旧できていないお客様もあり、大雪関連の打ち合わせは続きます。

全保険会社の首都圏見込み支払い保険金は下記の表の通りです。

末筆となりましたが、被害に遭われたお客様には深くお見舞い申し上げます。

都道府県	車両保険		火災保険		合計	
	台数 (台)	支払保険金 (億円)	件数 (台)	支払保険金 (億円)	件数 (台)	支払保険金 (億円)
埼玉県	19,364	68.4	46,626	560.1	65,990	628.6
千葉県	3,362	10.1	16,044	160.3	19,406	170.4
東京都	12,057	42.1	43,319	480.1	55,376	522.2
神奈川県	7,426	23	24,468	220.6	31,894	243.6
合計	42,209	143.6	130,457	1421.1	172,666	1564.8

お店紹介 NPO法人ななさと様

待望の赤い羽根号がとどきました！



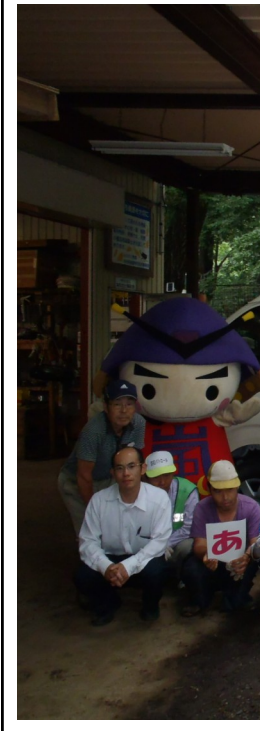
嵐山町で運営される福祉作業所「ななさと」です。この度助成金の申請が認められ、待望の赤い羽根号が届きました。

作業所は牧場の管理、放し飼い養鶏、卵の生産販売、堆肥作りを中心に生産活動を行っています。今まで以上に人や荷物を多く運ぶことが可能となり、何回も往復せずに作業に専念できます。

また、管理する牧場では動物たちとのふれあいや卵ひろい、農産物の直売を行っています。遊びに来ませんか？

納車の日、嵐山町マスコットキャラクターむさし嵐丸くんも駆けつけてくれ、みんな大喜びの納車式でした。

NPO法人ななさと
〒355-0201 埼玉県比企郡嵐山町大字古里1603 TEL 0493-59-8624 9時～17時



<クイズで先着10名様にご希望の粗品を差し上げます。>
「時間ではなく成果で評価できる仕事に就く人を対象に、労働時間規制の適用を除外する働き方をなと言いますか？」○○○に当てはまる言葉をお答えください。(ヒント 表面に記載しています。)

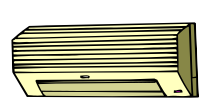
ホワイト○○○エクゼンブション

- ☆500円図書券・・・3名様
- ☆オリジナルめがね拭き・・・3名様
- ☆オリジナルマウスパッド・・・4名様

いずれかで回答とご希望の粗品ご連絡ください。
メール；omakase@tetsu-web.co.jp
ファックス；049-283-7640 お電話；049-284-5522

連日の暑さでも、ずっとエアコンの効いた事務所内にいる私。猛暑といっても仕事中はあまり暑さを感じない。が、座りっぱなしとエアコンによる冷えて帰る頃には足がパンパン！サンダルの上で足が腫れ上がる！サンダルの上で足が腫れ上がる！サンダルの上で足が腫れ上がる！

今日の事務所



のいかなので、机の下で足首を回してみたり伸ばしてみたり。あとは、思いのほか足が冷たくなっているのを夏だけどレグウォーマーをはいてみる。これで象がサイイぐらいにはならないか(あまり違いはない？)試してみよう。今日も事務所でもくみと闘争中！

お客様の声

■母親の契約内容を知りたかったが、情報開示をしてくれなかった。
個人情報保護法23条の規定に基づき、ご本人様の照会ではない理由や同意が必要となります。さらに、ご照会者様の本人確認が必要となります。但し、代理人様に開示できる情報には範囲があり、積立保険の満期金額などは開示できないことになっております。

■盗難に遭い、借りている部屋の窓が割られ、連絡したが、対象外と言われた。
家財を目的としたご契約だったため「対象ではない」とお答えしてしまいました。借家人賠償責任特約付きであれば、借用個室に対する被害は過失責任の有無を問わず対象となります。特約の確認を失念致しました。申し訳ございませんでした。

中国の武漢を旅した。
人は親切で穏やかだ。武漢料理も優しい味付けでとてもおいしかった。▼武漢は「南京」「重慶」と並び「中国三大かまど」と称される、中国でも屈指の高温多湿の土地だ。汗が止まることがない。もはや修行だ。地元の人々は暑い昼間を避けて夜になってから街に繰り出し楽しんでいた。▼ちなみに武漢のセミの鳴き声は車のクラクションのようで、暑さを倍増させるものだった。日本のセミがおしとやかに思える。(ゆ)

ついだったー

娘も中三となり、いよいよ受験の夏。学校説明会や訪問など学校選びも大変だ。特に埼玉は公立も魅力的な学校が多く、私立であれば都内まで選択肢となる。▼40数年前の地方「公立が駄目ならこの私立」という二者選択しかなかった環境を思うとうらやましい。▼人ごとのように、色とりどりの立派なパンフレットを眺めていると、選ぶのは学校側だということをつい忘れてしまう。(て)

初めての野菜作りにチャレンジ！ゴールデンウィーク前の土作りにはじまり、数種類の苗植えて。毎日の水やりさえも楽しい。▼数週間後、つるが伸び、最初の花が咲き、楽しみは育てることから食べることに。▼待望の初収穫のキュウリのおいしさと言ったら！汗をかき、苦労した甲斐があった。(い)

